

Contraccettivi or dal Counseling alla scelta

La scelta del metodo contraccettivo va effettuata a seguito di un accurato Counseling che valuti la storia personale e le diverse esigenze

Dott. Giovanni Grandi

Dott.ssa Margaret Sammarini

Dott.ssa Maria Chiara Del Savio

*Specialisti in Ginecologia e Ostetricia
Centro Contraccezione*

*Azienda Ospedaliero-Universitaria Policlinico di Modena
Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia*

A.O.G.O.I. (Associazione Ostetrici Ginecologi Ospedalieri Italiani)



Al giorno d'oggi la contraccezione ormonale femminile è un metodo anticoncezionale ad alta efficacia che si basa, attraverso molteplici forme di somministrazione, sull'assunzione di ormoni che hanno lo scopo principale di bloccare l'ovulazione e di rendere impenetrabile il muco prodotto dal collo dell'utero. Può trattarsi di una pillola, di un cerotto, di un anello da inserire in vagina, di un dispositivo da posizionare all'interno della cavità uterina o più semplicemente sotto pelle.

I contraccettivi ormonali a corto raggio

Tra questi rientrano i contraccettivi ormonali combinati, composti da un ormone progestinico con azione inibitoria sull'ovulazione e da un ormone estrogeno, che amplifica tale effetto e garantisce la stabilità del ciclo. Gli estrogeni possono essere di due tipi: sintetici (etinil-estradiolo) oppure più simili all'ormone prodotto naturalmente dalle ovaie (estradiolo micro-

La pillola migliora alcuni disturbi femminili, oltre a svolgere un'azione protettiva dal Tumore dell'ovaio, dell'endometrio e del colon-retto

nizzato o valerato). Questi ultimi ovviamente hanno un impatto minore sul metabolismo e sul sistema cardiovascolare. Per quanto riguarda gli ormoni progestinici invece, quelli utilizzati nella contraccezione ormonale sono tanti e svolgono un'attività biologica diversa, permettendo una preziosa personalizzazione dei preparati. La Contraccezione orale combinata consiste principalmente nell'assunzione di pillole, una al giorno per 21, 24, 28 o 91 giorni consecutivi, con o senza pausa a seconda delle diverse formulazioni. Durante la sospensione, se prevista, si verifica una perdita simile alla mestruazione. Oltre all'effetto contraccettivo, la **pillola** migliora alcuni disturbi femminili, riducendo il dolore e l'intensità del flusso

monali,

mestruale, migliorando l'Acne e l'Irsutismo, oltre a svolgere un'azione protettiva dal Tumore dell'ovaio, dell'endometrio e del colon-retto.

Una possibilità per ogni esigenza

I contraccettivi ormonali a breve durata d'azione sono diversi:

- **minipillola:** composta unicamente da un progestinico, previene una gravidanza indesiderata agendo sul muco cervicale, impedendo la risalita degli spermatozoi e bloccando l'ovulazione; va assunta ogni giorno senza interruzione; la sua efficacia è simile a quella della pillola combinata ed è indicata soprattutto durante l'allattamento o nel caso di controindicazioni nell'uso degli estrogeni;
- **anello vaginale:** può essere inserito direttamente in vagina e sostituito dopo tre settimane consecutive con la sospensione di una, durante la quale comparirà la mestruazione; rispetto alla pillola evita interferenze di assorbimento gastrointestinale ed eventuali dimenticanze, garantisce la regolarità del ciclo e non richiede la somministrazione quotidiana;
- **cerotto:** gli ormoni vengono assorbiti direttamente attraverso la pelle; può essere applicato in varie parti del corpo (glutei, dorso, pancia, parte alta delle braccia) e va sostituito ogni settimana per tre settimane, sospendendo alla quarta per poi ricominciare.

Contraccettivi ormonali a lungo raggio

Questi contraccettivi sono estremamente sicuri, con un tasso di efficacia superiore al 99%, circa 20 volte più sicuri rispetto a quelli a corto raggio. Oltre alla lunga durata d'azione e alla reversibilità, non implicano l'assunzione giornaliera, spesso causa di mal utilizzo e dimenticanze. Parliamo in sostanza di:

- **dispositivi intrauterini:** agiscono sopprimendo l'attività endometriale, assottigliando la mucosa e rendendo più spesso il muco cervicale, così da impedire la risalita degli spermatozoi;
- **impianto sottocutaneo:** prevede l'inserimento, direttamente sotto la cute, di un bastoncino morbido e flessibile lungo 4 cm e spesso 2 mm. La dose predefinita di 68 mg di ormone etonogestrel ha effetto per 3 anni, bloccando l'ovulazione e agendo sul muco

cervicale, rendendo difficile la penetrazione degli spermatozoi.

Il rilascio del solo progestinico rende questi metodi contraccettivi particolarmente adatti alle donne che non tollerano o che hanno controindicazioni all'utilizzo dell'estrogeno. Inoltre, non essendo somministrati per via orale, evitano il passaggio nel fegato, interferendo in maniera trascurabile sul metabolismo.

I contraccettivi ormonali a lungo raggio sono particolarmente adatti alle donne che non tollerano o hanno controindicazioni all'uso di estrogeni

Ciò significa che possono essere utilizzati anche dalle donne che fumano, da quelle con una pregressa patologia ischemica, Trombosi venosa profonda o Ictus, patologie epatiche o Ipertensione moderata, nei casi di Obesità e Diabete, nel post-partum in corso di allattamento al seno o in caso di Emicrania con o senz'aura.

Come si utilizzano

L'inserimento dei sistemi intrauterini viene effettuato dallo Specialista in regime ambulatoriale, preferibilmente negli ultimi giorni del ciclo, poiché la maggiore dilatazione del canale cervicale rende l'operazione più semplice. Si procede quindi ad un'ecografia post-inserzione per verificarne la corretta applicazione e per valutare l'eventuale possibilità di un'espulsione spontanea. In seguito vengono effettuati dei controlli clinici dopo la prima mestruazione e successivamente ogni 12 mesi. Ogni dispositivo dovrà essere rimosso dopo la scadenza o prima, se sopraggiungono effetti collaterali, oppure se richiesto espressamente dalla donna. ●

